

المفاهيم الخاطئة عند مرضى السكري



سمنة الأطفال ماتضرهم

الأطفال البدينون أكثر عرضة للإصابة بالسكري



كثر من التمر والعسل لأنها صحية

يعد التمر والعسل من الأطعمة الغنية بالسكريات؛ لذلك يجب التقليل منها





السكر الأسمر أصح من السكر الأبيض

لا يحتوي السكر الأسمر على سعرات حرارية أقل من السكر الأبيض



المفاهيم الخاطئة عند مرضى السكري



سكر الحمل لايمكن أن يتطور إلى داء السكري المزمن

في غالب الحالات ينتهي سكري الحمل عند الولادة؛ ولكن قد يتطور في بعض الحالات إلى الإصابة السكري النوع الثاني



خابر لك خلطة تعالج السكري

لسيت هناك خلطات شعبية تعالج السكري؛ بل تتسبب في أضرار صحية






المنتج الخالي من السكر غير مضر بالمصابين بالسكري

المنتجات الخالية من السكر قد تكون خاليه من السكر، ولكنها قد تحتوي على كميات عالية من الدهون و الكاربوهيدرات


